

PLANIFICAÇÃO MENSAL/ANUAL Estudo do Meio 1.ºano

ESTUDO DO MEIO		1.º ANO DE ESCOLARIDADE										
Domínio/ Subdomínio	Metas a atingir	Meses do Ano										
		S	O	N	D	J	F	M	A	M	J	
À DESCOBERTA DE SI MESMO	● A sua identificação:											
	1. Conhecer a sua identificação;	x										
	2. Conhecer o seu nome e endereço;	x										
	3. Conhecer o seu sexo e a sua idade.	x										
	● Os seus gostos e preferências:											
	1. Selecionar jogos, brincadeiras, animais....	x										
	2. Descrever lugares, tempos livres...	x										
	● o seu corpo:											
	1. Identificar características familiares;					x						
	2. Reconhecer as modificações do seu corpo;					x						
	3. Reconhecer as partes que constituem o seu corpo;					x						
	4. Representar o seu corpo;					x						
	5. Comparar-se com os outros.					x						
	● A saúde do seu corpo:											
	1. Reconhecer e aplicar normas de higiene do corpo;					x						
	2. Conhecer normas de higiene alimentar;					x						
	3. Reconhecer a importância de posturas corretas, do exercício físico e do repouso para a saúde;					x						
	4. Conhecer e aplicar normas de vigilância para a sua saúde.					x						
	● A segurança do seu corpo:											
	1. Conhecer e aplicar normas de prevenção rodoviária;					x						
2. Conhecer e aplicar normas de prevenção de acidentes domésticos.					x							
● O seu passado próximo:												
1. Descrever a sucessão de atos praticados ao longo do dia;						x						
2. Reconhecer o dia como unidade de tempo;						x						

